No. 1 choice of hospitals & mothers

Harmony®

EN Instructions for use | **ES** Manual de instrucciones
PT Instruções de utilização

Thank you for choosing the Harmony breastpump. Breastmilk is the natural choice for your baby, but there are reasons and situations where breastfeeding is not possible. For over 50 years, it has been Medela's conviction that these mothers and babies can be supported. In close cooperation with breastfeeding experts, Medela, one of the market leaders, has researched and developed breastpumps that perfectly meet the needs of breastfeeding mothers. For mothers who insist on the best for their babies and themselves. Because you care.

Muchas gracias por haber elegido el extractor de leche Harmony. La leche materna es la opción natural para el bebé, aunque a veces no es posible dar el pecho por diferentes motivos y situaciones. Hace más de 50 años que Medela apuesta por ayudar a estas madres y a sus bebés. Medela, líder del mercado, ha realizado investigaciones en estrecha colaboración con expertos en lactancia y ha desarrollado extractores de leche que se ajustan perfectamente a las necesidades de las madres lactantes.
Para madres que insisten en lo mejor para sus bebés y para ellas. Porque le cuida.

A Medela agradece a sua escolha do extrator de leite Harmony. O leite materno é a escolha natural para o seu bebé. Porém, existem razões e circunstâncias que impossibilitam a amamentação. Há mais de 50 anos que a Medela tem a convicção de que estas mães e os seus bebés podem ser apoiados. Em íntima cooperação com especialistas em amamentação, a Medela, uma das líderes de mercado, tem vindo a realizar pesquisas e a desenvolver extratores de leite materno que se ajustam na perfeição às necessidades das mães que amamentam. Para mães que insistem em proporcionar o melhor aos seus bebés e a si próprias. Porque para si é importante.

EN 4–30
ES 32–58
PT 60–86

Table of Contents

1. Intended Use / Population – Contraindication 5

2. Meaning of symbols 6

3. Important safety information 8

4. Product description 10

4.1 Harmony - light, convenient, clever 10

4.2 Product parts 11

5. Cleaning 12

5.1 Before using for the first time and after every use 12

5.2 Before using for the first time and once a day 14

5.3 Cleaning - summary 16

6. Preparing for pumping 18

6.1 Assembling the handle 18

6.2 Assembling the pump set 18

6.3 Placing the breastshield 20

7. Expression 22

8. Storing and thawing breastmilk 24

8.1 Storage 24

8.2 Freezing 24

8.3 Thawing 24

9. Feeding breastmilk 25

10. Troubleshooting 26

11. Disposal 27

12. Complete care during breastfeeding time 28

13. Technical specifications 87

1. Intended use / Population – Contraindication

The intended use and indications of breastpumps
Breastpumps are intended to be used by lactating women in the hospital or home environment for expressing breastmilk. Breastpumps are indicated to alleviate the symptoms of engorgement by expressing milk. In case of mastitis, breastpumps support the healing process by removing breastmilk from the affected breast. Breastpumps are indicated to relieve sore and cracked nipples and to bring out flat or inverted nipples. Also breastpumps enable mothers to provide breastmilk for babies who cannot feed directly at the breast for a variety of reasons such as latch-on problems, cleft palate or premature babies.

Intended patient population / user
Adolescent paediatric or adult lactating women. Many women find it convenient, or even necessary, to use a breastpump to express and store their breastmilk once they have returned to work, are travelling or are otherwise separated from their baby. Women are often delighted to learn that a breastpump can be used as a supplement to breastfeeding and that some pumps are designed to mimic the sucking of a nursing baby.

Contraindications
There are no known contraindications for the Harmony breastpump.

2. Meaning of symbols

The warning symbol identifies all instructions that are important for safety. Failure to follow these instructions can lead to injury or damage to the Harmony breastpump! There are several warning symbols. Each symbol is used together with a specific word. The warning symbol/word combinations stand for:

Caution

Failure to follow instructions of this type can lead to (minor) injury or contamination/growth of bacteria.

Note

Failure to follow instructions of this type can lead to material damage.

Info

Useful or important information that is not related to safety.

Symbols on the packaging

This symbol indicates that the material is part of a recovery/recycling process.

This symbol indicates a carton package.

This symbol indicates to keep the device away from sunlight.

This symbol indicates to handle the fragile device with care.

This symbol indicates the temperature limitation for operation, transport and storage.

This symbol indicates the humidity limitation for operation, transport and storage.

This symbol indicates the atmospheric pressure limitation for operation, transport and storage.

This symbol indicates to keep the device dry.

This symbol indicates that the packaging contains products intended to come in contact with food according to regulation 1935/2004.

This symbol indicates the unique GSI Global Trade Item Numbers (GTIN).

This symbol indicates to follow the instructions for use.

This symbol indicates the manufacturer.

This CE symbol indicates the compliance of the Harmony breastpump with the essential requirements of the Council Directive 93/42/EEC of 14 June 1993 concerning medical devices.

Symbols on the device

This symbol indicates the recycling code (here 05 for material made of polypropylene PP).

This symbol indicates the recycling code (here 7 for all material that is not specified by the other recycling codes).

PP This code indicates the use of polypropylene.

This CE symbol indicates the compliance of the Harmony breastpump with the essential requirements of the Council Directive 93/42/EEC of 14 June 1993 concerning medical devices.

3. Important safety information

For your child's safety and health
WARNING!
Failure to follow the safety information on these pages can lead to danger.

Device

The Harmony breastpump is not heat-resistant: keep away from radiators and open flames.

Do not expose the Harmony breastpump to direct sunlight.

Check the breastpump's components for wear or damage.
Never use a defective device. Throw a part away at first signs of damage or weakness.

Important:

- **Plastic bottles and component parts become brittle when frozen and may break when dropped.**
- **Also, bottles and component parts may become damaged if mishandled, e.g. dropped, over-tightened or knocked over.**
- **Take appropriate care in handling bottles and components.**
- **Do not use the breastmilk if bottles or components become damaged.**

Use

Use the Harmony breastpump only for its intended use as described in this manual.

Supervision is necessary when you use the Harmony breastpump in the vicinity of children. Keep all parts that are not in use out of children's reach.

Contact your lactation consultant or physician if you experience problems or pain.

This is a single user product. Use by more than one person may present a health risk.

4. Product description

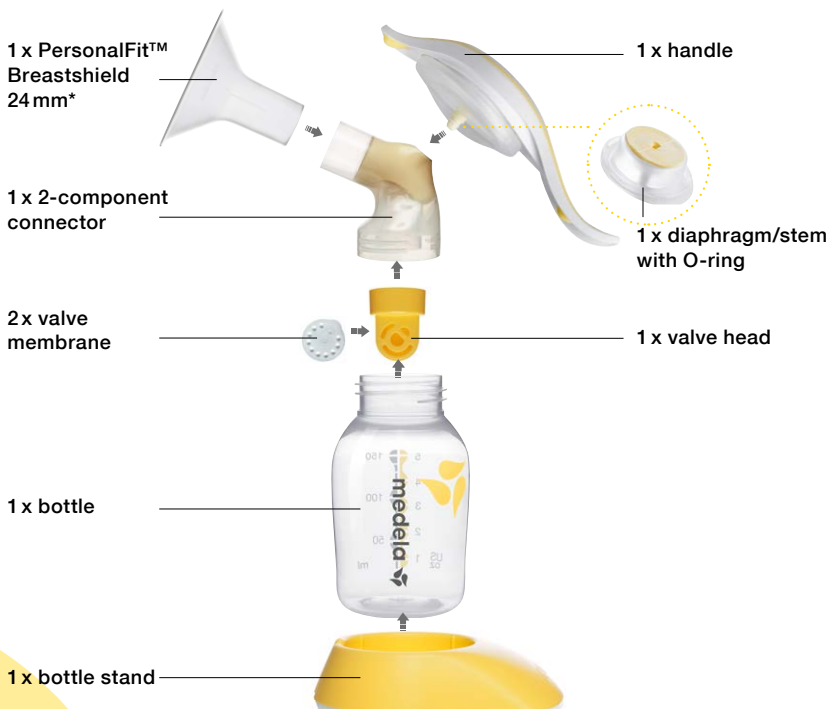
4.1. Harmony – light, convenient, clever

By buying the Harmony breastpump, you have chosen well: Harmony is the first manual breastpump based on 2-Phase Expression Technology. This technology mimics your baby's natural sucking rhythm. The pump's ergonomic handle allows you to alternate between short movements to stimulate and longer ones, to express the milk. Just like your baby sucks when it is being fed on your breast. As a result, you can express more milk in less time.

The Harmony breastpump is ideal for occasional usage. For example, if you need to leave your baby alone for short periods, e.g. to do sports or have an evening out. Or if you want to involve your partner in breastfeeding. You can also use Harmony in addition to a rental pump. Harmony can also help to overcome health problems, such as sore, flat or inverted nipples.

The main features of your Harmony breastpump are:
- Silent and discreet pumping;
- Easy to use, clean and assemble;
- Light to transport, suitable for use at home or on the go.

4.2 Product parts

You can find spare parts and accessories available for order in chapter 12.

* for other breastshield sizes, see chapter 12

5. Cleaning

Caution

- **Take apart and wash all parts that come in contact with the breast and breastmilk immediately after use, to avoid the drying up of milk residues and to prevent growth of bacteria.**
- Only use drinking-quality water for cleaning. To avoid contamination, do not touch the inside of the parts after cleaning.
- Do not clean the pump set with a sharp object (such as a toothpick).
- Take care not to damage parts of the pump set during cleaning.
- Some parts of the Harmony pump set are very small (e.g. the O-ring or the valve membrane). Check that no parts are missing when you reassemble the pump set after cleaning.

Note

- The pump set requires no maintenance.
- If you clean the individual parts of the pump set in a dishwasher, parts may change in colour. This has no impact on the function.
- Do not leave (parts of) the pump set in direct sunlight or heat.
- Do not use chemical sterilisers.

5.1 Before using for the first time and after every use

1

Disassemble the pump set into its individual parts.

4

Rinse all parts with cold, clear water (approx. 20 °C) for 10 – 15 seconds.

Rinse all parts with cold, clear water (approx. 20 °C).
Check the parts for damage and throw away at first signs of damage or weakness.

Clean all parts with plenty of warm soapy water (approx. 30 °C).

Dry with a clean cloth or leave to dry on a clean cloth.

or

As an alternative to steps 2, 3 and 4.

If you clean the individual parts of the pump set in the dishwasher, place them on the top rack or in the cutlery section.

5. Cleaning

Caution

- Do not drop the parts of the pump set into boiling water.
- To avoid contamination, do not touch the inside of the parts after sterilisation.
- **Take apart and wash all parts that come in contact with the breast and breastmilk immediately after use to avoid drying up of milk residues and to prevent growth of bacteria.**
- Only use drinking-quality water for cleaning.

Note

- When you boil the parts of the pump set, you could add a teaspoon of citric acid to avoid a build-up of limescale.
  When you use citric acid, minor traces might remain on the pump parts. Use drinking-quality water to wash them off. Dry the parts as shown in figure 3 to the right.

5.2 Before using for the first time and once a day

1

Disassemble the pump set into its individual parts.

3

Dry with a clean cloth or leave to dry on a clean cloth. Store the clean parts in an air-permeable, clean bag/container, or in an air-permeable, clean paper/cloth until next use.

2a

or

2b

Cover all parts with water and boil for five minutes.

Use a Quick Clean Microwave Bag* in accordance with the instructions.

* More information at www.medela.com

5.3 Cleaning – summary

Before using for the first time and after every use								
Rinse with cold, clear water (approx. 20 °C), then clean with plenty of warm soapy water (approx. 30 °C) and finally rinse with cold, clear water for 10 – 15 seconds;	√	√	√	√	√	√	√	√
Or wash in the dishwasher (on the top rack or in the cutlery section).	√	√	√	√	√	√	√	√
Before using for the first time and once a day								
Cover with water and boil for five minutes;	√	√	√	√	√	√	√	√
Or use a Quick Clean Microwave bag in accordance with the instructions.	√	--	√	√	√	√	√	√

6. Preparing for pumping

Caution

- Wash your hands thoroughly (for approx. one minute) with soap and water before you touch your breast and the pump parts.

Note

- Only use Medela original accessories.
- Check that the (white) O-ring is still placed around the stem:

The O-ring makes a sealed connection between the handle and the 2-component connector possible. This is necessary to build up a vacuum.

Info

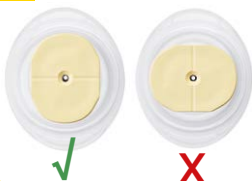
- Carry out all steps with care and assemble the pump set correctly for optimum performance.

6.1 Assembling the handle

Insert the stem (with the O-ring) into the hole on the upper side of the diaphragm. The stem and diaphragm are parts of the pump's handle.

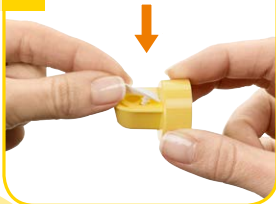
6.2 Assembling the pump set

Carefully insert the breast-shield into the top opening of the connector.

2

Make sure the oval shaped base of the stem has the right position in the diaphragm.

3

Place the diagraphm into the pump handle. Press down firmly around the entire edge to ensure a proper seal.

2

Place the valve membrane in a horizontal position on the valve head. Carefully push the knob on the membrane‘s back into the smallest hole of the head until it engages. The membrane must lie flat on the head.

3

Push the valve head onto the inner ring of the connector. The valve head must be positioned sideways (as you can see in the above picture).

6.2 continued

4

Screw the bottle onto the connector.

5

Insert the stem of the handle assembly into the opening on top of the connector. Push until the stem locks into place.

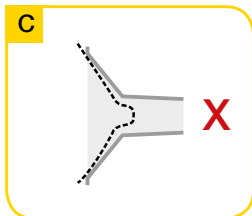
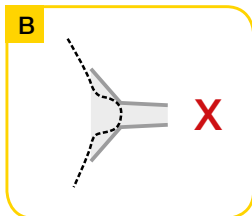
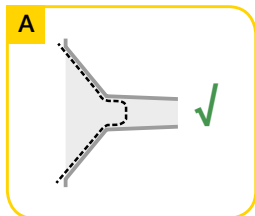
6.3 Placing the breastshield

1

Wipe your breast with a warm cloth (do not use alcohol). Place the breastshield on your breast so that your nipple is properly centred in the tunnel.

2

Hold the breastshield onto your breast with your thumb and index finger. Support your breast with the palm of your hand.

Does your breastshield fit?

It is important that the breastshield fits correctly. A properly fitting breastshield ensures comfort and efficient milk expression. Figure A above shows a breastshield that is the correct size. The breastshield in figure B is too small, the one in figure C too large.

Answer the following questions to find out whether your breastshield fits correctly:
- Is your nipple moving freely in the tunnel of the shield?
- Is no or a minimal part of your areola being pulled into the tunnel of the breast-shield?
- Do you see a gentle, rhythmic motion in the breast with each cycle of the pump?
- After pumping, does your breast feel much less full, with no areas of hardness?
- Is your nipple pain-free?

If the answer to all of these questions is “Yes”, then your breastshield fits correctly. If the answer to any of these questions is “No”, or if you experience problems or pain during expression, your breastshield may not be the right size. Medela offers five different sizes of the PersonalFit™ breastshield. Consult your breastfeeding and lactation consultant or midwife for advice.

7. Expression

Caution

- Wash your hands thoroughly (for approx. one minute) with soap and water before you touch your breast and the pump parts.
- Contact your midwife or breast-feeding and lactation consultant if you can express only minimal or no milk or if expression is painful.

Note

- Do not hold the pump set by the bottle. This can lead to engorgement and blockage of the milk ducts.
- Only fill the bottle to the 150 ml mark.

1

Start pumping with stimulation: press down the smaller part of the handle. This is the part with the milk drops on top. Press and release quickly, again and again, until your milk starts to flow.

→ The Stimulation mode mimics your baby's initial rapid sucking. It is designed to stimulate the milk flow.

2

Once your milk starts to flow, switch to expression: press down the lower, longer part of the handle.
By doing so, you build up a vacuum that facilitates the milk flow. You control the level of the vacuum with the speed of the handle stroke and the compression that is created. Decide yourself which pumping rhythm is the best for you.

→ The Expression mode mimics your baby's slower, more relaxed sucking. It is designed to maximise the milk flow.

3

Stop pumping when you feel that the milk does not flow anymore or when the bottle is full. Use the stand to prevent the bottle from tipping over.

4

Clean as described in chapter 5

Unscrew the bottle from the connector. Close the bottle with the multi lid. Store the breastmilk (follow the instructions in the next chapter, chapter 8).

8. Storing and thawing breastmilk

8.1 Storage

Storage guidelines for freshly expressed breastmilk (For healthy term babies)			
Room temperature	**Refrigerator**	**Freezer**	**Thawed breastmilk**
4 – 6 hours at 19 to 26 °C (66 to 78 °F)	3 – 8 days at 4 °C (39 °F) or lower	6 – 12 months –18 to –20 °C (0 to 4 °F)	In refrigerator for 10 h max. Do not refreeze!

- Do not store breastmilk in the door of the refrigerator. Instead choose the coldest part of the refrigerator (this is at the back of the glass shelf above the vegetable compartment).

8.2 Freezing

- You can freeze expressed breastmilk in milk bottles or “Pump & Save”* bags. Do not fill the bottles or bags more than ¾ full to allow space for possible expansion.
- Label the bottles or “Pump & Save” bags with the date of expression.

8.3 Thawing

Caution

Do not thaw frozen breastmilk or do not warm breastmilk in a microwave or a pan of boiling water to avoid loss of vitamins, minerals and other important ingredients and to prevent burns.

- In order to preserve the components of the breastmilk, thaw the milk in the refrigerator overnight. Alternatively, you can hold the bottle or “Pump & Save” bag under warm water (max. 37 °C).
- Gently swirl the bottle or “Pump & Save” bag to mix any fat that has separated. Avoid shaking or stirring the milk.

* More information at www.medela.com

9. Feeding breastmilk

Info

Medela recommends Calma for feeding breastmilk.

With Calma

- your baby can feed, pause and breathe regularly.
- milk will flow when a vacuum is created.
- your baby's natural feeding behaviour will be maintained, supporting easy transition back to the breast.

Calma – unique feeding solution for breastmilk.

You can find detailed information about Calma on the Medela website (www.medela.com).

As a result of its comprehensive research work, Medela is one of the first companies in the world to incorporate babies' breastfeeding behaviour into its 2-Phase Expression and Calma innovations. 2-Phase Expression mimics the baby's natural sucking rhythm to express more milk in less time. Short, stimulating patterns are followed by longer ones, providing optimal milk flow.
The unique Calma breastmilk feeding device allows the baby to pause and breathe during feeding whilst maintaining the suckling behaviour learned at the breast. Developed for a great breastfeeding experience.

10. Troubleshooting

Problem	Solution
If there is low or no suction	I Make sure the yellow valve head and the white membrane are clean and not damaged. I Make sure the membrane lies flat on the valve head. I Make sure the valve head is positioned sideways on the connector. I Make sure the components of the handle are assembled correctly. I Check all connections. I Make sure the breastshield forms a complete seal around the breast.
If there is no milk flow	I Ensure your breastpump is assembled correctly and there is suction. I Relax and take a 10-15 minute break if expression is not achieved after two consecutive pumping sessions. I Consult your breastfeeding and lactation consultant or midwife if expression still does not occur.

In the case of a product failure, please contact your local subsidiary.
You can find the addresses on the reverse of this instruction manual.

11. Disposal

The Harmony breastpump is made of plastics.
You must dispose it in accordance with local regulations.

12. Complete care during breastfeeding time

The following product variants, spare parts, consumables and accessories for the Harmony breastpump are available from Medela distribution partners. You can order a product by specifying the product name or the corresponding product (article) number.

Product variants

Article number	Product
005.2047	Harmony™ EN/ES/PT

Spare parts

Article number	Product
099.0259 099.0260	Harmony Handle Harmony Membrane complete

Consumables

Article number	Product
800.0727	Valves & Membranes Consists of two valve heads and six membranes

Accessories

Article number	Product
008.0332 008.0333 008.0334 008.0335 008.0336	PersonalFit™ Breastshield S (21 mm) PersonalFit™ Breastshield M (24 mm) PersonalFit™ Breastshield L (27 mm) PersonalFit™ Breastshield XL (30 mm) PersonalFit™ Breastshield XXL (36 mm) 5 BREAST SHIELD SIZES
800.0797 008.0137 008.0316	Breastmilk Bottles 150 ml – 3 pcs. (EN/ES/PT/EL/HE) Breastmilk Bottles 250 ml – 2 pcs. (EN/ES/PT/EL/HE) Pump & Save™ Breastmilk Bags (EN/ES/PT/EL/HE)
008.0141	Calma Solitaire (ES/PT)

Other Medela products are available at www.medela.com

Breast Care
Pumping
Feeding
Collecting
Breastmilk Management
Evidence Based Research
Education
Expertise
Service
Innovation
Professionals

Índice

1. Uso previsto / público, contraindicaciones 33
2. Significado de los símbolos 34
3. Información importante en materia de seguridad 36
4. Descripción del producto 38
4.1. Harmony: ligero, cómodo, inteligente 38
4.2 Piezas del producto 39
5. Limpieza 40
5.1 Antes de utilizar un extractor de leche por primera vez y después de cada uso 40
5.2 Antes del primer uso y una vez al día 42
5.3 Limpieza: resumen 44
6. Preparación de la extracción 46
6.1 Montaje del mango 46
6.2 Montaje del juego de extractor 46
6.3 Colocación del embudo 48
7. Extracción 50
8. Conservación y descongelación de la leche materna 52
8.1 Conservación 52
8.2 Congelación 52
8.3 Descongelación 52
9. Alimentación con leche materna 53
10. Resolución de problemas 54
11. Eliminación 55
12. Cuidado completo durante el periodo de lactancia 56
13. Especificaciones técnicas 87

1. Uso previsto / público, contraindicaciones

Uso previsto e indicaciones de los extractores de leche materna
Los extractores de leche están previstos para mujeres lactantes en el hospital o en casa para la extracción de leche materna. Los extractores de leche materna están indicados para aliviar los síntomas de congestión mediante la extracción de leche materna. En casos de mastitis, extraen la leche materna del pecho afectado y así ayudan al proceso de curación. Los extractores de leche alivian los pezones agrietados e irritados y hacen salir los pezones invertidos o planos. Además, son un medio para dar leche materna a bebés que no pueden ser alimentados directamente con el pecho, por ejemplo, debido a problemas de posición, fisuras palatinas o bebés prematuros.

Público objetivo / usuarios
Mujeres lactantes adultas o pacientes pediátricos adolescentes. Para muchas mujeres es cómodo, o incluso necesario, usar un extractor de leche para extraer y conservar la leche materna cuando vuelven a trabajar, están de viaje o, por cualquier otro motivo, están separadas de su bebé. A las mujeres les complace saber que un extractor de leche materna puede usarse como suplemento de la lactancia y que algunos extractores están diseñados para simular la forma de mamar del bebé.

Contraindicaciones
No se conocen contraindicaciones para el extractor de leche Harmony.

2. Significado de los símbolos

El símbolo de advertencia identifica todas las instrucciones relevantes para la seguridad. Si no sigue estas instrucciones, pueden causarse lesiones o daños en el extractor de leche Harmony. Existen diversos símbolos de advertencia. Cada uno de los símbolos se usa con una palabra concreta. Las combinaciones de símbolo / palabra de advertencia significan lo siguiente:

Atención
Si no sigue las instrucciones de este tipo, pueden darse lesiones (leves) o contaminación / desarrollo de bacterias.

Observación
Si no sigue las instrucciones de este tipo, pueden darse daños materiales.

Información
Información importante o útil no relacionada con la seguridad.

Símbolos en el embalaje

Este símbolo indica que el material es parte de un proceso de reciclaje / recuperación.

Este símbolo indica que el envase es de cartón.

Este símbolo indica que no debe exponer el dispositivo al sol.

Este símbolo indica que debe manejar este dispositivo frágil con cuidado.

Este símbolo indica la limitación de la temperatura para el funcionamiento, transporte y conservación.

Este símbolo indica la limitación de la humedad para el funcionamiento, transporte y conservación.

Este símbolo indica la limitación de la presión atmosférica para el funcionamiento, transporte y conservación.

Este símbolo indica que hay que mantener el dispositivo seco.

Este símbolo indica que el envase contiene productos destinados a entrar en contacto con alimentos según el reglamento 1935/2004.

Este símbolo indica el código de barras (GTIN) de GSI.

Este símbolo indica que debe seguir las instrucciones de uso.

Este símbolo indica el fabricante.

Este símbolo CE indica que el extractor de leche Harmony cumple los requisitos esenciales de la Directiva 93/42/CEE de 14 de junio de 1993 relativa a los productos sanitarios.

Símbolos en el dispositivo

Este símbolo indica el código de reciclaje (en este caso, 05 para material hecho de polipropileno PP).

Este símbolo indica el código de reciclaje (en este caso, 7 se refiere a todo material no especificado en otros códigos de reciclado).

PP Este código indica el uso de polipropileno.

Este símbolo CE indica que el extractor de leche Harmony cumple los requisitos esenciales de la Directiva 93/42/CEE de 14 de junio de 1993 relativa a los productos sanitarios.

3. Información importante en materia de seguridad

Para la seguridad y la salud de su bebé
¡ADVERTENCIA!
Si no cumple la información de seguridad de estas páginas, puede causar daños.

Dispositivo

El extractor de leche Harmony no tiene resistencia térmica: manténgalo alejado de radiadores y llamas abiertas.

No exponga el extractor de leche Harmony a la luz solar directa.

Compruebe si los componentes del extractor de leche están dañados o desgastados. Nunca utilice un dispositivo defectuoso. Deseche una pieza si observa signos de daños o defectos.

Importante:

- **Los biberones y las piezas fabricadas en plástico se vuelven quebradizos cuando se congelan y se pueden romper si se caen.**
- **Además, los biberones y las piezas pueden dañarse si se manejan mal, p. ej., si se caen, se aprietan demasiado o se vuelcan.**
- **Tenga el cuidado oportuno cuando maneje biberones y componentes.**
- **No utilice la leche materna si los biberones o los componentes están dañados.**

Utilización

Utilice el extractor de leche Harmony para su uso previsto, tal como se describe en este manual.

Si utiliza el extractor de leche Harmony mientras hay niños alrededor, es necesario tenerlo controlado en todo momento. Mantenga todas las piezas que no se utilicen fuera del alcance de los niños.

Póngase en contacto con su consultora de lactancia o su médico si surgen problemas o si siente dolor.

Este producto es para uso individual. Compartirlo con otras personas puede conllevar riesgos para la salud.

4. Descripción del producto

4.1. Harmony: ligero, cómodo, inteligente

Al comprar el extractor de leche Harmony ha elegido bien: Harmony es el primer extractor de leche manual que integra la tecnología 2-Phase Expression. Esta tecnología imita el ritmo natural de succión del bebé. El mango ergonómico del extractor le permite alternar movimientos cortos, de estimulación, y movimientos largos, para extraer la leche. Igual que cuando el bebé succiona al tomar el pecho. Gracias a esto, puede extraer más leche en menos tiempo.

El extractor de leche Harmony es ideal para el uso ocasional: por ejemplo, si tiene que dejar a su bebé solo durante periodos cortos, para ir al gimnasio o salir una noche, o si quiere que su pareja participe en la lactancia. También puede usar Harmony como complemento a un extractor de alquiler. Además, Harmony le ayuda a superar dolencias, como pezones irritados, invertidos o planos.

Las principales características del extractor de leche Harmony son:
- Extracción silenciosa y discreta;
- Fácil de usar, limpiar y montar;
- Transporte ligero, apto para uso en casa o fuera.

4.2 Piezas del producto

En el capítulo 12 encontrará las piezas de repuesto y los accesorios disponibles para su pedido.

* para otros tamaños de embudos, consulte el capítulo 12

5. Limpieza

Atención

- **Retire y lave todas las piezas que estén en contacto con el pecho y la leche materna inmediatamente tras su uso para evitar que se sequen los restos de leche y para evitar que se desarrollen bacterias.**
- Utilice solo agua potable para la limpieza. Para evitar contaminación, no toque el interior de las piezas después de limpiarlas.
- No limpie el juego de extractor con un objeto afilado (como un palillo).
- Tenga cuidado de no dañar las piezas del juego de extractor durante la limpieza.
- Algunas piezas del juego de extractor Harmony son muy pequeñas (p. ej. la junta tórica (O-Ring) o la membrana de la válvula). Compruebe que no falten piezas al volver a montar el juego de extractor después de la limpieza.

Observación

- El juego de extractor no necesita mantenimiento.
- Si limpia las piezas individuales del juego del extractor en un lavavajillas, es posible que cambien de color. Esto no tiene ningún efecto sobre el funcionamiento.
- No deje el juego de extractor (ni las piezas que lo forman) expuesto a la luz solar directa o al calor.
- No utilice esterilizadores químicos.

5.1 Antes de utilizar un extractor de leche por primera vez y después de cada uso

1

Desmonte el juego de extractor en piezas individuales.

4

Enjuague todas las piezas con agua limpia y fría (aprox. 20 °C) durante 10–15 segundos.

2

Enjuague todas las piezas con agua limpia y fría (aprox. 20 °C). Compruebe que las piezas no tengan daños y deséchelas si observa indicios de daños o defectos.

3

Limpie todas las piezas con abundante agua jabonosa caliente (aprox. 30 °C).

5

Seque las piezas con un paño limpio o déjelas secar sobre un paño limpio.

o

6

Como alternativa a los pasos 2, 3 y 4.

Si limpia las piezas individuales del juego del extractor en el lavavajillas, colóquelas en la parte superior o en la cesta de los cubiertos.

5. Limpieza

Atención

- No deje caer las piezas del juego de extractor en agua hirviendo.
- Para evitar contaminación, no toque la parte interior de las piezas tras la esterilización.
- **Retire y lave todas las piezas que estén en contacto con el pecho y la leche materna inmediatamente tras su uso para evitar que se sequen los restos de leche y para evitar que se desarrollen bacterias.**
- Utilice solo agua potable para la limpieza.

Observación

- Cuando introduzca en agua hirviendo las piezas del juego de extractor, puede añadir una cucharadita de ácido cítrico para evitar que se formen depósitos de cal. Cuando utiliza ácido cítrico, pueden quedar pequeños restos en las piezas del extractor. Utilice agua potable para eliminarlos. Seque las piezas tal y como muestra la figura 3 de la derecha.

5.2 Antes del primer uso y una vez al día

Desmonte el juego de extractor en piezas individuales.

Seque las piezas con un paño limpio o déjelas secar sobre un paño limpio. Guarde las piezas limpias en una bolsa o recipiente limpio y permeable al aire o en un paño o papel limpio y permeable al aire hasta que las vuelva a utilizar.

2a

Cubra todas las piezas con agua y déjelas hervir durante cinco minutos.

o

2b

Utilice una bolsa para microondas Quick Clean* de acuerdo con las instrucciones.

*Para obtener más información, consulte la página www.medela.com

5. Limpieza

5.3 Limpieza: resumen

Antes de utilizar un extractor de leche por primera vez y después de cada uso								
Enjuague con agua limpia y fría (aprox. 20 °C), limpie con abundante agua jabonosa caliente (aprox. 30 °C) y, por último, enjuague con agua limpia y fría durante 10–15 segundos.	√	√	√	√	√	√	√	√
También es posible lavarlo en el lavavajillas (en la parte superior o en la cesta de los cubiertos).	√	√	√	√	√	√	√	√
Antes del primer uso y una vez al día								
Cubra con agua y deje hervir durante cinco minutos;	√	√	√	√	√	√	√	√
También puede utilizar una bolsa para microondas Quick Clean de acuerdo con las instrucciones.	√	--	√	√	√	√	√	√

6. Preparación de la extracción

Atención

- Lávese las manos minuciosamente (durante aprox. un minuto) con agua y jabón antes de tocar el pecho y las piezas del extractor.

Observación

- Utilice solamente accesorios originales de Medela.
- Compruebe que la junta tórica ((O-Ring) (blanca)) sigue colocada alrededor del vástago:

La junta tórica (O-Ring) crea una conexión estanca entre el mango y el conector de dos componentes. Esto es necesario para crear vacío.

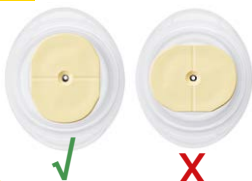
Información

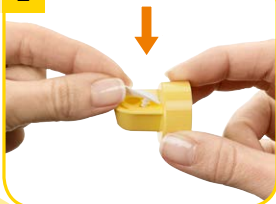
- Siga cuidadosamente todos los pasos y monte correctamente el juego de extractor para obtener un rendimiento óptimo.

6.1 Montaje del mango

Introduzca el vástago (con la junta tórica (O-Ring)) por el orificio de la parte superior del diafragma. El vástago y el diafragma son piezas del mango del extractor.

6.2 Montaje del juego de extractor

Introduzca con cuidado el embudo en la abertura superior del conector.

Asegúrese de que la base de forma ovalada del vástago esté bien colocada en el diafragma.

Introduzca el diafragma en el mango del extractor. Presione firmemente por todo el borde para asegurarse de que está bien fijado.

Coloque la membrana de la válvula en horizontal sobre la cabeza de la válvula. Ajuste con cuidado el saliente de la parte posterior de la membrana en el pequeño orificio de la cabeza, hasta que encajen. La membrana debe quedar lisa sobre la cabeza.

Presione la cabeza de la válvula hacia el anillo interior del conector. La cabeza de la válvula debe colocarse de lado (tal y como muestra la imagen anterior).

6.2 continúa

4

Enrosque el biberón en el conector.

5

Introduzca el vástago del conjunto del mango en la abertura de la parte superior del conector. Presione hasta que el vástago encaje en su sitio.

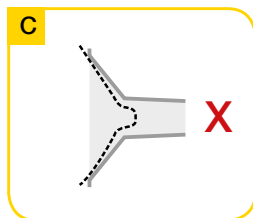
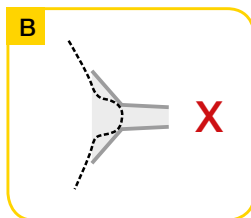
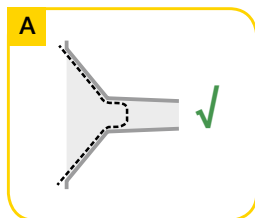
6.3 Colocación del embudo

1

Límpiese el pecho con un paño tibio (no utilice alcohol). Coloque el embudo en el pecho de modo que el pezón se encuentre en el centro del túnel.

2

Lleve el embudo contra su pecho sujetándolo con el pulgar y el dedo índice. Sujete el pecho con la palma de su mano.

¿Encaja bien el embudo?

Es importante que el embudo encaje correctamente. Si está bien colocado, resulta cómodo y la extracción de leche se realiza de forma eficiente. La figura A anterior muestra un embudo del tamaño adecuado. El embudo de la figura B es demasiado pequeño, y el de la figura C, demasiado grande.

Conteste a las siguientes preguntas para averiguar si su embudo encaja correctamente:
- ¿Se mueve el pezón libremente en el túnel del embudo?
- ¿Se está introduciendo poco o nada de la areola en el túnel del embudo?
- ¿Percibe un movimiento suave y rítmico en el pecho con cada ciclo del extractor?
- Después de la extracción, ¿el pecho parece mucho más vacío, sin zonas duras?
- ¿Siente una ausencia de dolor en el pezón?

Si la respuesta a todas estas preguntas es «Sí», su embudo encaja correctamente. Si la respuesta a alguna de estas preguntas es «No» o si surgen problemas o siente dolor durante la extracción, es posible que su embudo no sea del tamaño adecuado. Medela dispone de cinco tamaños diferentes de embudos PersonalFit™. Póngase en contacto con su consultora de lactancia o su matrona para recibir asesoramiento.

7. Extracción

Atención

- Lávese las manos minuciosamente (durante aprox. un minuto) con agua y jabón antes de tocar el pecho y las piezas del extractor.
- Póngase en contacto con la matrona o consultora de lactancia si solo puede extraer un poco de leche, si no puede extraer leche o si siente dolor durante la extracción.

Observación

- No sujete el juego de extractor por el biberón. Esto puede congestionar los conductos galactóforos y bloquearlos.
- Llene el biberón solamente hasta la marca de 150 ml.

1

Comience la extracción con estimulación: presione la pieza pequeña del mango. Se trata de la pieza con gotas de leche. Pulse y suelte rápidamente, una y otra vez, hasta que empiece a salir leche.

→ El modo de estimulación imita la rápida succión inicial del bebé. Está diseñado para estimular el flujo de leche.

2

Cuando empiece a salir leche, cambie a la extracción: presione la pieza larga del mango, situada más abajo.
Al hacerlo, crea un vacío que facilita el flujo de leche. Usted controla el nivel de vacío con la velocidad de la pulsación del mango y la compresión que se crea.
Decida qué ritmo de extracción le va mejor.

→ El modo de extracción imita la forma de succión del bebé, más lenta y relajada. Está diseñado para aumentar al máximo el flujo de leche.

3

Detenga la extracción cuando vea que la leche ya no fluye o cuando se llene el biberón. Utilice el soporte para evitar que el biberón se vuelque.

4

Límpielo de acuerdo con lo indicado en el capítulo 5.

Desenrosque el biberón del conector. Cierre el biberón con la tapa multifunción. Conserve la leche materna (siga las instrucciones del siguiente capítulo, el capítulo 8).

8. Conservación y descongelación de la leche materna

8.1 Conservación

Directrices de conservación de la leche materna recién extraída (Para bebés sanos nacidos a término)			
Temperatura ambiente	**Frigorífico**	**Congelador**	**Leche materna descongelada**
De 4 a 6 horas a entre 19 y 26 °C (66 y 78 °F)	De 3 a 8 días a 4 °C (39 °F) o menos	De 6 a 12 meses a entre 18 y –20 °C (0 y 4 °F)	En el frigorífico durante 10 h máx. No la vuelva a congelar.

- No conserve la leche materna en la puerta del frigorífico. En cambio, elija la parte más fría del frigorífico (en la parte trasera del estante de encima del compartimento de las verduras).

8.2 Congelación

- Puede congelar la leche materna extraída en biberones o bolsas «Pump & Save»*. No llene los biberones ni las bolsas más de las ¾ partes; así, se deja espacio para que se puedan expandir.
- Ponga una etiqueta con la fecha de extracción a los biberones o bolsas «Pump & Save».

8.3 Descongelación

Atención

No descongele la leche materna ni la caliente en el microondas ni en un cazo con agua hirviendo. De este modo, evitará que se pierdan vitaminas, minerales y otros componentes importantes y que se produzcan quemaduras.

- Para que se conserven los componentes de la leche materna, descongele la leche en el frigorífico durante la noche. También puede mantener el biberón o la bolsa «Pump & Save» bajo agua templada (máx. 37 °C).
- Mueva suavemente el biberón o la bolsa «Pump & Save» para mezclar la grasa que se haya separado. No agite ni revuelva la leche.

*Para obtener más información, consulte la página www.medela.com

9. Alimentación con leche materna

Información

Medela recomienda usar Calma para la lactancia.

Con Calma

- su bebé puede alimentarse, hacer pausas y respirar con regularidad.
- la leche fluye si se crea vacío.
- el bebé mantiene su comportamiento natural de lactancia, lo que le permite volver a tomar el pecho sin problemas.

Calma: sistema de alimentación exclusivo diseñado para la leche materna.

Puede encontrar información detallada sobre Calma en el sitio web de Medela (www.medela.com).

Gracias a su completa labor de investigación, Medela es una de las primeras empresas en el mundo que incorpora el comportamiento de lactancia de los bebés en sus innovaciones de 2-Phase Expression y Calma.
La tecnología 2-Phase Expression imita el ritmo natural de succión del bebé para extraer más leche en menos tiempo.
Se inicia con movimientos cortos de estimulación, seguidos por movimientos más largos, para garantizar un flujo de leche óptimo. El exclusivo dispositivo de alimentación para leche materna Calma permite al bebé realizar pausas y respirar durante la alimentación, lo que ayuda a mantener el comportamiento de lactancia que ha aprendido en el pecho. Creado para ofrecer una lactancia maravillosa.

10. Resolución de problemas

Problema	Solución
No succiona o succiona poco	I Asegúrese de que la membrana blanca y la cabeza de válvula amarilla están limpias y no presentan daños. I Asegúrese de que la membrana está lisa en la cabeza de la válvula. I Asegúrese de que la cabeza de la válvula está colocada de lado en el conector. I Asegúrese de que los componentes del mango estén bien montados. I Compruebe todas las conexiones. I Asegúrese de que el embudo queda bien ajustado alrededor del pecho.
No hay flujo de leche	I Asegúrese de que el extractor de leche está bien montado y de que hay succión. I Relájese y realice una pausa de 10–15 minutos si no puede extraer leche tras dos sesiones de extracción consecutivas. I Póngase en contacto con la matrona o consultora de lactancia si sigue sin poder extraer leche.

En caso de que se produzca un fallo en el producto, póngase en contacto con la filial local.
Encontrará las direcciones en la parte posterior de este manual de instrucciones.

11. Eliminación

El extractor de leche Harmony está fabricado de plástico.
Debe eliminarlo de conformidad con las normativas locales.

12. Cuidado completo durante el periodo de lactancia

Las variantes de productos, las piezas de repuesto, los consumibles y los accesorios del extractor de leche Harmony que se indican a continuación están disponibles en los distribuidores de Medela. Para realizar un pedido de un producto, especifique el nombre del producto o la referencia correspondiente.

Variantes de producto

Referencia	Producto
005.2047	Harmony™ EN/ES/PT

Piezas de repuesto

Referencia	Producto
099.0259 099.0260	Mango de Harmony Membrana de Harmony completa

Consumibles

Referencia	Producto
800.0727	Válvulas y membranas Está compuesto por dos cabezas de válvula y seis membranas

Accesorios

Referencia	Producto
008.0332 008.0333 008.0334 008.0335 008.0336	Embudo PersonalFit™ de la talla S (21 mm) Embudo PersonalFit™ de la talla M (24 mm) Embudo PersonalFit™ de la talla L (27 mm) Embudo PersonalFit™ de la talla XL (30 mm) Embudo PersonalFit™ de la talla XXL (36 mm) 5 BREAST SHIELD SIZES
800.0797 008.0137 008.0316	Biberones para leche materna de 150 ml, 3 unidades (EN/ES/PT/EL/HE) Biberones para leche materna de 250 ml, 2 unidades (EN/ES/PT/EL/HE) Bolsas para leche materna Pump & Save™ (EN/ES/PT/EL/HE)
008.0141	Calma Solitaire (ES/PT)

Los demás productos de Medela están disponibles en www.medela.com.

Cuidado del pecho
Extracción
Investigaciones basadas en datos científicos
Formación
Experiencia
Servicios
Innovación
Profesionales
Alimentación
Recogida
Manejo de la leche materna

Índice

1. Utilização prevista/População - Contraindicações 61
2. Significado dos símbolos 62
3. Informações de segurança importantes 64
4. Descrição do produto 66
4.1. Harmony – leve, cómodo, inteligente 66
4.2 Peças do produto 67
5. Limpeza 68
5.1 Antes da primeira utilização e após cada utilização 68
5.2 Antes da primeira utilização e uma vez por dia 70
5.3 Limpeza – resumo 72
6. Preparação para a extração 74
6.1 Montagem da pega 74
6.2 Montagem do kit de extração 74
6.3 Colocar o funil 76
7. Extração 78
8. Conservação e congelamento do leite materno 80
8.1 Conservação 80
8.2 Congelamento 80
8.3 Descongelamento 80
9. Alimentação com o leite materno 81
10. Resolução de problemas 82
11. Eliminação 83
12. Cuidados completos durante a amamentação 84
13. Especificações técnicas 87

1. Utilização prevista/População - Contraindicações

A utilização prevista e as indicações dos extratores de leite
Os extratores de leite destinam-se a ser utilizados por mulheres lactantes em ambiente hospitalar ou doméstico para extrair o leite materno. Os extratores de leite são indicados para o alívio dos sintomas do ingurgitamento através da extração do leite materno. Em casos de mastite, os extratores de leite ajudam no processo de recuperação removendo o leite materno da mama afetada. Os extratores de leite estão indicados para aliviar os mamilos doloridos e gretados e corrigir os mamilos rasos ou invertidos. Além disso, os extratores de leite oferecem às mães uma forma de dar leite materno a bebés que não podem ser amamentados diretamente devido a uma série de razões, tais como problemas em pegar a mama, palato fendido ou nascimento prematuro.

População de pacientes/utilizadores previstos
Mulheres lactantes adolescentes pediátricas ou adultas. Muitas mulheres consideram que é extremamente conveniente, ou até necessário, utilizar um extrator de leite para extrair e guardar o leite materno depois de regressarem ao trabalho, enquanto viajam ou quando se separam dos seus bebés por qualquer outro motivo. É frequente as mulheres ficarem satisfeitas por saberem que podem utilizar um extrator de leite como suplemento à amamentação e que alguns extratores são concebidos para imitar a sucção de um bebé a mamar.

Contraindicações
Não existem contraindicações conhecidas para o uso do extrator Harmony.

2. Significado dos símbolos

O símbolo de advertência identifica todas as instruções que são importantes para a segurança. A inobservância destas instruções pode causar ferimentos ou danificar o extrator de leite Harmony! Existem vários símbolos de advertência. Cada símbolo é utilizado em conjunto com uma palavra específica. As combinações símbolo de advertência/palavra significam:

Atenção
A inobservância de instruções deste tipo pode causar lesões (menores) ou contaminação/desenvolvimento de bactérias.

Nota
A inobservância de instruções deste tipo pode causar danos materiais.

Informação
Informações úteis ou importantes que não estão relacionadas com a segurança.

Símbolos na embalagem

Este símbolo indica que o material é parte de um processo de recuperação/reciclagem.

Este símbolo indica uma embalagem de cartão.

Este símbolo indica que é necessário manter o dispositivo ao abrigo da luz solar.

Este símbolo indica que é necessário manusear o dispositivo frágil com cuidado.

Este símbolo indica o limite de temperatura para o funcionamento, o transporte e o armazenamento.

Este símbolo indica o limite de humidade para o funcionamento, o transporte e o armazenamento.

Este símbolo indica o limite da pressão atmosférica para o funcionamento, o transporte e o armazenamento.

Este símbolo indica que é necessário manter o dispositivo seco.

Este símbolo indica que a embalagem contém produtos destinados a entrar em contacto com os alimentos em conformidade com o regulamento 1935/2004.

Este símbolo indica o número GTIN (Global Trade Item Numbers) do sistema GSI.

Este símbolo indica que é necessário seguir as instruções de utilização.

Este símbolo indica o fabricante.

Este símbolo CE indica a conformidade do extrator de leite Harmony com os requisitos essenciais da Diretiva do Conselho 93/42/CEE, de 14 de junho de 1993, relativa a dispositivos médicos.

Símbolos no dispositivo

Este símbolo indica o código de reciclagem (neste caso 05 para material feito de polipropileno PP).

Este símbolo indica o código de reciclagem (neste caso 7 para materiais não especificados pelos restantes códigos de reciclagem).

PP Este código indica a utilização de polipropileno.

Este símbolo CE indica a conformidade do extrator de leite Harmony com os requisitos essenciais da Diretiva do Conselho 93/42/CEE, de 14 de junho de 1993, relativa a dispositivos médicos.

3. Informações de segurança importantes

Para a segurança e saúde do seu bebé
AVISO!
A inobservância das informações de segurança contidas nestas páginas pode originar situações de perigo.

Dispositivo

O extrator de leite Harmony não é resistente ao calor: mantenha-o afastado de radiadores e fontes de ignição.

Não exponha o extrator de leite Harmony à luz direta do sol.

Verifique se os componentes do extrator de leite estão desgastados ou deteriorados. Nunca utilize um dispositivo defeituoso. Deite fora uma peça aos primeiros sinais de danos ou desgaste.

Importante:

- **Os frascos de plástico e outros componentes ficam quebradiços quando congelados e podem partir se forem deixados cair.**
- **Além disso, os frascos e outros componentes podem ficar danificados em caso de manuseamento incorreto, por exemplo, se forem deixados cair, apertados em demasia ou tombarem.**
- **Manuseie os frascos e componentes com a precaução necessária.**
- **Não utilize o leite materno se os frascos ou componentes estiverem danificados.**

Utilização

Use o extrator de leite Harmony exclusivamente para o fim a que se destina e como se descreve neste manual de instruções.

É preciso vigilância quando o extrator de leite Harmony é usado na proximidade de crianças. Mantenha todas as peças que não estejam em utilização fora do alcance das crianças.

Consulte um profissional de saúde especializado ou o médico se surgirem problemas ou dor.

Trata-se de um produto para um só utilizador. O uso por mais do que uma pessoa pode representar um risco para a saúde.

4. Descrição do produto

4.1. Harmony – leve, cómodo, inteligente

Ao adquirir o extrator de leite Harmony, fez uma excelente escolha: O Harmony é o primeiro extrator de leite manual baseado na tecnologia 2-Phase Expression. Esta tecnologia simula o ritmo natural de sucção do seu bebé. A pega ergonómica do extrator permite-lhe alternar entre movimentos curtos de estimulação e movimentos longos de extração do leite. Da mesma maneira que o seu bebé suga quando mama ao seu peito. Deste modo, pode extrair mais leite em menos tempo.

O extrator de leite Harmony é ideal para uma utilização ocasional. Por exemplo, se precisa de deixar o seu bebé durante curtos períodos de tempo, por exemplo, para praticar desporto ou para sair à noite. Ou ainda se pretende envolver o seu parceiro na amamentação. Pode ainda utilizar o Harmony para complementar um extrator alugado. O Harmony também pode ajudá-la a superar problemas de saúde, como sejam mamilos doridos, planos ou invertidos.

As principais características do seu extrator de leite Harmony são:

- Extração silenciosa e discreta;
- Fácil utilização, limpeza e montagem;
- Peso reduzido ideal para o transporte, adequado para utilização em casa ou em viagem.

4.2 Peças do produto

As peças sobresselentes e os acessórios disponíveis para encomenda podem ser encontrados no capítulo 12.

* para outros tamanhos de funil, consulte o capítulo 12

5. Limpeza

Atenção

- **Desmonte e lave todas as peças que entram em contacto com a mama e o leite materno imediatamente após a utilização, para evitar a secagem de resíduos de leite e para prevenir o desenvolvimento de bactérias.**
- Utilize apenas água potável para limpar. Para evitar contaminações, não toque no interior das peças depois de limpas.
- Não limpe o kit de extração com objetos afiados (como palitos).
- Tenha cuidado para não danificar peças do kit de extração durante a limpeza.
- Algumas peças do kit de extração Harmony são muito pequenas (por exemplo o O-ring ou a membrana da válvula). Verifique que não existem peças em falta quando voltar a montar o extrator após a limpeza.

Nota

- O kit de extração não requer qualquer tipo de manutenção.
- Se lavar os componentes individuais do kit de extração na máquina da loiça, algumas peças podem mudar de cor. Isto não tem qualquer impacto no funcionamento do dispositivo.
- Não deixe (partes de) o extrator expostas à luz solar direta ou ao calor.
- Não utilize esterilizadores químicos.

5.1 Antes da primeira utilização e após cada utilização

Desmonte o kit de extração nas suas peças individuais.

Enxague todas as peças com água fria e limpa (cerca de 20 °C) durante 10 a 15 segundos.

2

Enxague todas as peças com água fria e limpa (cerca de 20 °C). Verifique as peças quanto a danos e elimine aos primeiros sinais de danos ou desgaste.

3

Limpe todas as peças com quantidades abundantes de água morna com sabão (cerca de 30 °C).

5

Seque com um pano limpo ou deixe secar ao ar sobre um pano limpo.

ou

6

Como uma alternativa aos passos 2, 3 e 4.

Se lavar os componentes individuais do kit de extração na máquina da loiça, coloque-os na prateleira de cima ou no compartimento destinado aos talheres.

5. Limpeza

Atenção

- Não coloque as peças do kit de extração em água a ferver.
- Para evitar contaminação, não toque no interior das peças após a esterilização.
- **Desmonte e lave todas as peças que entram em contacto com a mama e o leite materno imediatamente após a utilização, para evitar a secagem de resíduos de leite e para prevenir o desenvolvimento de bactérias.**
- Utilize apenas água potável para limpar.

Nota

- Quando proceder à fervura das peças do kit de extração, pode adicionar uma colher de chá de ácido cítrico para evitar a formação de depósitos de calcário. Se utilizar ácido cítrico, podem permanecer pequenos vestígios nas peças do extrator. Utilize água potável para os lavar. Seque as peças tal como se mostra na figura 3 à direita.

5.2 Antes da primeira utilização e uma vez por dia

Desmonte o kit de extração nas suas peças individuais.

Seque com um pano limpo ou deixe secar ao ar sobre um pano limpo. Guarde as peças limpas num recipiente/saco limpo e permeável ao ar ou num saco de papel/pano limpo permeável ao ar até à próxima utilização.

2a

Cubra todas as peças com água e ferva durante cinco minutos.

ou

2b

Utilize um saco para micro-ondas Quick Clean* de acordo com as instruções.

*Pode encontrar informações adicionais em www.medela.pt

5. Limpeza

5.3 Limpeza – resumo

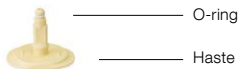
Antes da primeira utilização e após cada utilização								
Passe todas as peças por água fria e limpa (cerca de 20 °C) e, de seguida, lave-as com quantidades abundantes de água morna com sabão (cerca de 30 °C). Por fim, enxague com água fria e limpa durante 10 a 15 segundos.	√	√	√	√	√	√	√	√
Ou lave na máquina de lavar loiça (na prateleira de cima ou no comparti-mento destinado aos talheres).	√	√	√	√	√	√	√	√
Antes da primeira utilização e uma vez por dia								
Cubra com água e ferva durante cinco minutos.	√	√	√	√	√	√	√	√
Ou utilize um saco para micro-ondas Quick Clean de acordo com as instruções.	√	--	√	√	√	√	√	√

6. Preparação para a extração

Atenção

- Lave muito bem as mãos (durante cerca de um minuto) com sabão e água antes de tocar no peito e nas peças do kit de extração.

Nota

- Utilize exclusivamente acessórios originais Medela.
- Certifique-se de que o O-ring (branco) está colocado em volta da haste:

O O-ring proporciona uma ligação estanque entre a pega e o conector de 2 componentes. Isso é essencial para a formação de vácuo.

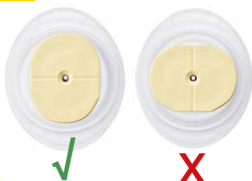
Informação

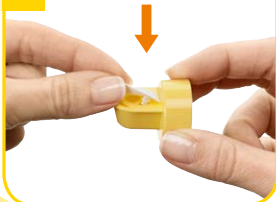
- Realize todos os passos com cuidado e monte o kit de extração corretamente para obter um desempenho otimizado.

6.1 Montagem da pega

Introduza a haste (com o O-ring) no orifício na parte superior do diafragma. A haste e o diafragma são peças da pega do extrator.

6.2 Montagem do kit de extração

Introduza cuidadosamente o funil na abertura de cima do conector.

Assegure-se de que a base de formato oval da haste se encontra na posição correta no diafragma.

Coloque o diafragma na pega do extrator. Comprima firmemente todo o perímetro para assegurar uma vedação adequada.

Coloque a membrana da válvula horizontalmente na cabeça da válvula. Empurre cuidadosamente a saliência da membrana para o interior do orifício mais pequeno da cabeça até que esta encaixe. A membrana deverá ficar plana sobre a cabeça.

Empurre a cabeça da válvula em direção ao anel interior do conector. A cabeça da válvula deve ficar posicionada de lado (como se pode ver na imagem acima).

6.2 continuação

4

Enrosque o frasco no conector.

5

Introduza a haste saliente da pega na abertura no cimo do conector. Empurre até que a haste encaixe no sítio.

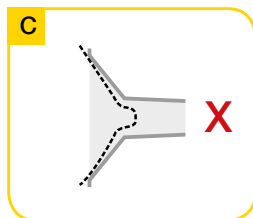
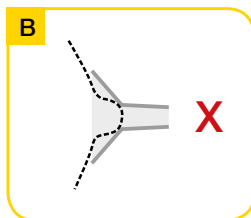
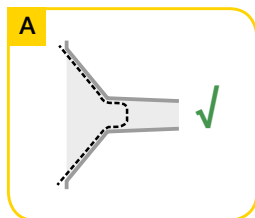
6.3 Colocar o funil

1

Limpe a mama com um pano quente (não utilize álcool). Coloque o funil sobre a mama, de modo a que o mamilo fique adequadamente centrado no túnel.

2

Segure o funil contra a mama com a ajuda do polegar e do indicador. Suporte a mama com a palma da mão.

O funil é do tamanho adequado?

É importante que o funil seja do tamanho certo. Um funil do tamanho apropriado assegura que a extração do leite seja eficiente e confortável. A figura A, em cima, mostra um funil do tamanho correto. O funil da figura B é demasiado pequeno e o da figura C demasiado grande.

Responda às perguntas seguintes para determinar se o seu funil é o adequado:

- O mamilo move-se livremente no túnel do funil?
- A porção de tecido areolar puxada para o túnel do funil é mínima ou nula?
- Existe um movimento suave e rítmico no peito com cada ciclo do extrator de leite?
- Depois da extração, o seu peito parece-lhe menos cheio e não apresenta áreas duras?
- Não tem dores no mamilo?

Se a resposta a todas as perguntas foi „Sim“, o seu funil é do tamanho correto. Se a resposta a qualquer uma destas perguntas for „Não“ ou se tiver problemas ou dores durante a extração, o seu funil poderá não ser do tamanho adequado. A Medela tem cinco tamanhos diferentes de Funis PersonalFit™ à sua disposição. Peça conselho à sua consultora em aleitamento materno ou ao seu enfermeiro especialista.

7. Extração

Atenção

- Lave muito bem as mãos (durante cerca de um minuto) com sabão e água antes de tocar no peito e nas peças do kit de extração.
- Contacte um profissional de saúde especializado se só conseguir extrair uma quantidade mínima ou nenhum leite, ou se a extração causar dores.

Nota

- Não segure no kit de extração pelo frasco. Fazê-lo pode causar o bloqueio dos canais de leite e o ingurgitamento.
- Só deve encher o frasco até à marca de 150 ml.

1

Inicie o processo de extração com a estimulação: prima a parte mais pequena da pega. Esta é a parte que tem gotas de leite em cima. Prima e solte a pega rapidamente, fazendo movimentos rítmicos, até que o leite comece a fluir.

→ O modo de estimulação simula os movimentos de sucção rápidos do bebé no início da mamada. Foi concebido para estimular o fluxo de leite.

2

Logo que o leite comece a fluir, passe para o modo de extração: prima a parte mais baixa e comprida da pega. Ao fazê-lo está a criar um vácuo que facilita a extração do leite. Controle o nível de vácuo através da velocidade a que comprime a pega e a compressão criada.
Determine o ritmo de extração que melhor se adequa a si.

➙ O modo de extração simula os movimentos de sucção mais relaxados do seu bebé. Foi concebido para maximizar o fluxo de leite.

3

Termine a extração quando sentir que o leite deixou de sair ou quando o frasco estiver cheio. Use o suporte para evitar que o frasco tombe.

4

Proceda à limpeza tal como se descreve no capítulo 5

Desenrosque o frasco do conector. Feche o frasco com a multi- tampa. Armazene o leite materno (siga as instruções no próximo capítulo, capítulo 8).

8. Conservação e congelamento do leite materno

8.1 Conservação

Orientações de conservação para leite materno acabado de extrair (Para bebés de termo saudáveis)			
Temperatura ambiente	**Frigorífico**	**Congelador**	**Leite materno descongelado**
4 – 6 horas a 19 a 26 °C (66 a 78 °F)	3 – 8 dias a 4°C (39°F) ou temperaturas inferiores	6 – 12 meses a –18 a –20 °C (0 a 4 °F)	No frigorífico durante, no máximo, 10h. Não volte a congelar!

- Não guarde leite materno na porta do frigorífico. Em vez disso, escolha a parte mais fria do frigorífico (que é na parte de trás da prateleira de vidro por cima do compartimento dos vegetais).

8.2 Congelamento

- Pode congelar o leite materno extraído em frascos para leite ou em sacos „Pump & Save"*. Não encha os frascos ou os sacos mais de ¾ da sua capacidade para permitir a sua expansão.
- Coloque etiquetas nos frascos ou sacos "Pump & Save" com a data da extração.

8.3 Descongelamento

Atenção

Não descongele nem aqueça o leite materno num micro-ondas ou numa panela com água a ferver para evitar a perda de vitaminas, minerais e outros componentes importantes e para prevenir queimaduras.

- Para preservar os componentes do leite materno, descongele o leite no frigorífico durante a noite. Em alternativa, mantenha o frasco ou o saco „Pump & Save" sob água morna corrente (máx. 37 °C).
- Agite suavemente o frasco ou o saco „Pump & Save" com um movimento rotativo, para misturar qualquer gordura que se tenha separado. Evite sacudir violentamente ou mexer o leite.

*Pode encontrar informações adicionais em www.medela.pt

9. Alimentação com o leite materno

i Informação

A Medela recomenda Calma para a alimentação com o leite materno.

Com o Calma

- o seu bebé pode alimentar-se, parar e respirar regularmente.
- o leite só fluirá depois de ser criado vácuo.
- o comportamento natural do seu bebé manter-se-á, permitindo uma fácil transição de volta à mama.

Calma – um sistema de alimentação exclusivo para o leite materno.

Poderá encontrar uma informação detalhada sobre Calma no website da Medela (www.medela.pt).

Em resultado do seu trabalho de pesquisa abrangente, a Medela é uma das primeiras empresas no mundo a incorporar o comportamento de amamentação dos bebés nas inovações 2-Phase Expression e Calma.
A tecnologia de extração 2-Phase Expression simula o ritmo natural de sucção do bebé, permitindo extrair mais leite em menos tempo.* Padrões curtos de estimulação, seguidos de uma fase de movimentos mais intensos, asseguram um fluxo de leite otimizado. O inovador dispositivo de alimentação com leite materno Calma permite ao bebé fazer pausas e respirar durante a alimentação, enquanto mantém o comportamento de sucção aprendido na mama. Desenvolvido para uma amamentação com êxito.

10. Resolução de problemas

Problema	Solução
Se a sucção for fraca ou inexistente	I Assegure-se de que a cabeça da válvula amarela e a membrana branca estão limpas e não estão danificadas. I Assegure-se de que a membrana está colocada de forma plana na cabeça da válvula. I Assegure-se de que a cabeça da válvula está posicionada de lado no conector. I Assegure-se de que todos os componentes da pega estão montados corretamente. I Verifique todas as ligações. I Certifique-se de que o funil forma uma vedação completa à volta da mama.
Caso não haja fluxo de leite	I Assegure-se de que o kit de extração está montado corretamente e que existe sucção. I Relaxe e faça uma pausa de 10-15 minutos caso não consiga a extração após duas sessões de extração consecutivas. I Procure a sua consultora em aleitamento materno ou o seu enfermeiro especialista se continua a não conseguir extrair leite.

Em caso de deficiência no produto, contacte o representante local.
Pode encontrar as moradas no verso deste manual de instruções.

11. Eliminação

O extrator de leite Harmony é feito de plástico.
Deve eliminá-lo em conformidade com os regulamentos locais.

12. Cuidados completos durante a amamentação

As seguintes variantes do produto, peças sobressalentes, consumíveis e acessórios para o extrator de leite Harmony encontram-se disponíveis junto dos parceiros de distribuição Medela. Pode encomendar um produto especificando o nome do produto ou o número (de artigo) do produto correspondente.

Variantes do produto

Número do artigo	Produto
005.2047	Harmony™ EN/ES/PT

Peças sobresselentes

Número do artigo	Produto
099.0259 099.0260	Pega Harmony Membrana completa para o Harmony

Consumíveis

Número do artigo	Produto
800.0727	Válvulas e Membranas Consiste em duas cabeças da válvula e seis membranas

Acessórios

Número do artigo	Produto
008.0332 008.0333 008.0334 008.0335 008.0336	Funil PersonalFit™ S (21 mm) Funil PersonalFit™ M (24 mm) Funil PersonalFit™ L (27 mm) Funil PersonalFit™ XL (30 mm) Funil PersonalFit™ XXL (36 mm) 5 BREAST SHIELD SIZES
800.0797 008.0137 008.0316	Frascos para leite materno 150 ml – 3 un. (EN/ES/PT/EL/HE) Frascos para leite materno 250 ml – 2 un. (EN/ES/PT/EL/HE) Sacos para leite materno Pump & Save™ (EN/ES/PT/EL/HE)
008.0141	Calma Solitaire (ES/PT)

Os outros produtos da Medela encontram-se disponíveis em www.medela.com

Cuidar do peito
Extrair
Recolha
Conservação do Leite Materno
Alimentação
Investigação baseada em evidências
Especialista
Inovação
Profissionais
Serviço
Educação

13. Technical specifications

Vacuum
Vacío
Vácuo

Stimulation phase	Expression phase
Fase de estimulación	Fase de extracción
Fase de estimulação	Fase de extração
0...–150 mmHg	0...–230 mmHg
0...–20 kPa	0...–31 kPa

Operation
Funcionamiento
Funcionamento

Transport / Storage
Transporte / Almacenamiento
Transporte/Armazenamento

Operation
Funcionamiento
Funcionamento

Transport / Storage
Transporte / Almacenamiento
Transporte/Armazenamento

Transport / Storage / Operation
Transporte / Almacenamiento / Funcionamiento
Transporte/Armazenamento/Funcionamento

medela

Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

International Sales
Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar
Switzerland
Phone +41 (0)41 769 51 51
Fax +41 (0)41 769 51 00
ism@medela.ch
www.medela.com

Spain & Portugal
Productos Medicinales Medela, S.L.
C/ Manuel Fernández Márquez, 49
08918 Badalona (Barcelona)

Spain
Phone +34 93 320 59 69
Fax +34 93 320 55 31
info@medela.es
www.medela.es

Portugal
Phone +351 808 203 238
Fax +351 808 203 239
info@medela.pt
www.medela.pt